

平成 28 年度第 3 回鎌倉市健康づくり計画推進委員会

日時：平成 29 年 1 月 16 日（月）午後 7 時～9 時

場所：鎌倉市役所 第 4 分庁舎 講堂

出席者：委員 13 人、幹事 8 人、事務局 8 人

欠席者：2 人

傍聴者：4 人

■開会

事務局から、委員 15 人のうち、欠席の連絡があったのは 2 人で、出席者は過半数を超えているため、本推進委員会条例施行規則第 3 条第 2 項の規定により、委員会は成立している旨、説明がなされた。

また、重松委員の代理として、神奈川県鎌倉保健福祉事務所保健福祉部長の赤枝いつみ氏が出席している旨、報告された。

傍聴希望者 4 名について、委員の了承が得られ、委員長から、傍聴者に対して、委員会中の諸注意、資料提供について、説明がなされた。

■議事

議事に入る前に事務局から、配付資料の確認、前回の議事要旨について説明があった。委員には会議終了後、決定事項や保留事項等を整理した議事要旨を作成していくことが説明された。前回の委員会での決定事項は次の 4 点。

- 1 各団体の取組について、市と連携できることは連携をして進めていく。
- 2 次年度以降、各年度の取組や委員会の審議内容については、計画を立てて進める。
- 3 前期重点目標である、子ども期の食生活・栄養に対して、具体的な取り組みのヒントを定期的に情報発信していく。
- 4 委員会での決定事項、保留事項をまとめたものを作成し共有する。

保留事項は次の 4 点。

- 1 次年度以降の各年度の取組及び委員会の審議内容について、スケジュールの作成
- 2 かまくら健康づくり 10 か条の作成
- 3 食に関する具体的なヒントについて
- 4 GIS を活用した健康情報の発信について

本日の委員会では、保留事項のうち「次年度以降の取組について」と「かまくら健康づくり 10 か条の作成」について、協議を行うことが説明された。

計画の内容について誤りがあり、訂正があった。計画の 124 ページ「評価項目一覧」青年期・壮年期・高年期の身体活動・運動分野の指標で「一日 30 分以上の運動を週 2 回以上している人の割合」とあったが、週 2 回以上ではなく週 1 回以上の誤りである。訂正をお願いしたい。

議題 1 計画の進行管理について

事務局から計画期間の10年間の中で、各分野について、何をどのように取り組んでいくか、計画を立てて進行管理をしていくため、長期的・中期的・短期的な実施計画を策定したい旨説明がなされた。

【資料1】実施計画の構成と期間について

実施計画の構成は、①長期計画（10年間）、②中期計画（3年間）、③短期計画（1年間）の3段構成とした。①長期計画は、健康づくり計画の内容そのものとした。②中期計画は、長期計画の「目指す姿」や7つの分野ごとの目標を実現するために、3年間の中期的な目標と取組の方向性を示した。③短期計画は、中期目標を実現するための、各年度の目標と具体的取組を示した。青年期・壮年期・高年期の前期重点目標「身体活動・運動」及び子ども期の前期重点目標「食生活・栄養」についての実施計画（案）を事務局で作成している。その内容についてご意見をいただきたい。

【資料2-1】子ども期「栄養・食生活」実施計画（案）について

長期計画は、健康づくり計画の中で定められている、各ライフステージにおいて「目指す姿」「行動目標」「数値目標」としている。中期計画は、3年後ごとの「中期目標」「平成28～31年度を取組の方向性」について、「市の取組」「市民の取組」に分けて示している。事務局案として、平成28～31年度は「知る・気づく」、平成32年度～34年度は「行動する」、平成35年度～37年度は「続ける」とした。短期目標は、「各年度の目標」と「取組計画」を示している。取組計画は、各年度の目標に基づいて、市民、関係機関・団体、市がそれぞれどのような取組をしていくかを示している。事務局案として、短期計画は、平成28～31年度の中期目標「知る・気づく」の達成のため、各年度の目標を示している。子ども期に「食生活・栄養」に関することで、知ってほしいテーマとして、「朝食」「野菜」「3食のバランス」の大切さを各年度の目標として挙げた。各年度を取組計画は、実施主体を「市民」「関係機関・団体」「市」に分けて、各年度の目標達成のための具体的な取組について示している。また、庁内関係課で実施した取組についても記載する予定である。

次年度以降はこの実施計画に基づき、本推進委員会において、取組の進捗状況の確認や、取組の見直しを行い、進行管理を行っていく。

【資料2-2】青年期・壮年期・高年期「身体活動・運動」実施計画（案）について

中期計画の中期目標は、子ども期の「食生活・栄養」と共通で、平成28～31年度は「知る・気づく」、平成32年度～34年度は「行動する」、平成35年度～37年度は「続ける」とした。平成28～31年度を取組の方向性は、中期目標の「知る・気づく」を達成するために、市民及び市がそれぞれの立場でどのような取組をしていくべきかを示した。

短期計画は、中期目標「知る・気づく」の達成のため、各年度の目標を示している。青年期・壮年期・高年期に「身体活動・運動」に関することで、知ってほしいテーマについて、「からだを動かす楽しさ・必要性」「運動の具体的な方法」「自分に合った運動の方法」を、各年度の目標として挙げた。各年度を取組計画については、子ども期の「食生活・栄養」と同様に、実施主体を「市民」「関係機関・団体」「市」に分けて、各年度の目標達成のための具体的な取組について示し、市民の取組や次年度以降の取組内容のイメージとして、（例）を記載している。

各年度の取組計画については、今回の委員会で中期計画と短期計画の目標について検討し内容を固めたところで、次回の委員会で検討したい。

また、計画を総合的、効果的に推進していくためには、各ライフステージ、または、7つ分野ごとに計画全体としての10か年の取組計画が必要である。今後、重点目標以外の分野の行動目標についても、計画期間の中で、どのように優先順位をつけて計画を推進していくか検討していく予定である。実施計画(案)の作成については、順次作成を進めて、次年度の委員会で協議し、早期に実施計画をとりまとめたい。

委員 周知についてだが、地区社会協議会をいれたほうがよいと思うがいかがか。

事務局 資料には今年度周知をした団体のみ記載をしているが、これ以外にも周知が必要な団体について次年度行っていく予定である。

委員長 各年度ごとの目標があるが、どの程度達成されたかはどこかで評価するのか。

事務局 単年度ごとの評価は難しい。各年度実施してみてどうだったかを振り返り、継続が必要であれば継続するという考えでいる。途中で取組の改善が必要であれば、見直しを考えている。

委員 数値目標の中に献立に野菜のおかずが1日2食以上食べる子どもの割合とあるが、なぜ野菜にこだわるのか。

委員長 全体的に野菜が不足しているという国のデータがあるからである。

委員 子ども期については、保護者が取り組むべき事項だと思っている。

委員長 短期計画の順番は特に関係ない。推進していく順番は野菜からでなくてもよいと思う。ただ、子どもは肉は良く食べる子が多いと思うが、野菜が嫌いな子は多いかもしれない。親に対しての警告でもあると思う。

委員 健康づくり計画の見直しはあるのか。

事務局 計画期間の5年間が経ったところで、平成32年度に中間評価をする。野菜を指標として挙げているのは、国の調査でも野菜の摂取量が不足していることは明らかであり、もっと摂ってほしいということで、入れている。もちろん栄養バランスも大切なので、両輪で伝えていきたいと考えている。

委員 平成28年度でどれだけ計画を周知できたかについては、どのように捉えているか。

事務局 市民の手に取ってもらえる計画として作成したが、まだ周知はしきれていない。他に周知方法のアイデアなどもあればお聞きしたい。

委員 昨年度横浜市が健康経営として行っていることを、マスメディアが広く周知していた。鎌倉市でも広く周知するためにケーブルテレビからでもマスメディアを活用しながら周知できるとよい。そのためにはマスコットキャラクターの実物化が必要である。

委員 インターネットを上手に活用して周知してほしい。

事務局 ホームページでは公開している。

委員 ホームページ上のどこに載っているか、市民の人がみて分かるようになっているか。

事務局 概要版等にはQRコードをのせてリンクできるようにしている。また、広報でも1回周知はしているが、紙面も大きくは載せられていない。

委員 鎌倉市健康づくり計画推進委員会条例の第2条(4)健康の増進又はスポーツに係るを有する団体が推薦する者とはどなたか。

事務局 鎌倉歩け歩け協会の長谷川委員である。

委員 歩くことは大切だが、それだけではないし、市民が自主的に何かができるようにしていかなければならない。今は具体的な案がでてこないの、市民は結局何をしたらよいかかわからないと思う。

事務局 まず歩くことから始めようということで、まずは実績がある「鎌倉歩け歩け協会」に依頼をさせていただいている。

委員 栄養についてだが、“バランス良く”と抽象的に書いてあるが、どのように食べたらバランス良くなるのか、具体的な知識を委員から出してほしい。

委員 この表現に至るまでには、この委員会でも何度も議論があった。対象が市民全部なので、誰にでもあてはまることとなると結局はこのような形になる。子ども期は野菜が足りないが、たんぱく質は摂れている。ただし年齢が上がっていくと、たんぱく質が足りないということも出てくる。そのあたりは実際の指導の中で出していけば良いことである。公に出す文言としてはこのような形になるだろう。

委員 秋に行った鎌人いち場でのイベントに参加したが、計画を作った中で一つの成果・評価になったと感じた。鎌倉の知らなかった道を鎌倉歩け歩け協会の方の先導の元、親子で歩いて、ヨガインストラクターの方にストレッチを教えてもらって、帰ってきたらバルーンアートの方が風船をくれて、鎌人いち場のブースでは、栄養についてのお話があった。そこで初めて、参加されたお母さんたちが「健康づくり計画」というものがあったことを知ってくれた。そのような形で楽しくやったことが結果、健康につながったということであればよいと思う。このイベントは成功だったと感じている。文言でこの計画表だけを見ていると、まだ足りない部分もあると感じるかもしれないが、実際に行動して成功した例もあるので、そういったことを続けていけたら良いと感じている。

委員長 計画だけでは全てを網羅することはできないので不完全なところもあるが、これを読んでもらうことで、まず健康について関心を持ってもらい、そこから市のイベント等に参加してもらうなどできればよいと考える。この計画はひとつの「きっかけ」となればよいと感じている。ただ、この切り口だけでよいかは自分でも疑問である。

委員 短期計画の目標はよくできていると感じている。1日3食食べることが望ましいとされているが、3食の中で朝食の欠食率が一番高いので、平成29年度は朝食の大切さを知るという目標を掲げている。平成30年度は野菜の大切さを知るとなっているが、バランスのとれた食事をするためには主食・主菜・副菜を揃えることが必要だが、その中で副菜（野菜料理）が一番摂りにくいと言われている。そのためには野菜の大切さを知るということは有効だと思う。そして最後の平成31年度のバランス良く食べるとなっており、段階を踏んでいる作りになっていると思う。

委員 今年度、鎌倉歩け歩け協会では市や社協の方を巻き込んで、何度かイベントを行った。25年継続してウォーキングイベントを行っており、毎年7000人程参加してもらっているが、参加者はリピーターが多く、新規の方は少ない。行政を巻き込むことで新規の方も巻き込みやすいと感じている。そのように市民展開をしていけたら良いと考えている。また、インセンティブが必要と感じている。鎌人いち場では缶バッジをインセンティブとした。インセンティブについては今後も継続をお願いしたい。

事務局 インセンティブについては、今、市の後期実施計画を策定しており、その中に盛り込

んでいけるよう検討しているところである。まだ決定事項ではないので、詳細については次年度以降、話をさせていただきたい。

委員 運動の前には筋トレをやるより効果が上がる。そのようなことをウォーキングの中でも伝えていってほしい。また活動量計の利用等もよいと考える。このような具体的なことを市民の方が何をどのようにすればよいのかわかるような形で、啓発をしていってほしい。

委員長 運動をするときの実践方法などのパンフレットは作成しているのか。

事務局 今年度作成した「家族で歩こう！健康かまくらマップ」の裏面には、ウォーキングを行う際の効果的な歩き方、消費カロリー、靴の選び方、日常生活の中でプラス10分運動する方法等の情報を掲載している。鎌倉歩け歩け協会で、こちらのマップを配布するコラボのイベント等も考えている。このマップを有効的に活用しけるように今後も検討していきたい。

委員 ウォーキングの消費カロリーは少ないので、筋肉をつける方法も検討していってほしい。効率よく歩くための指導要領等を作ってはどうか。

事務局 事務局としてもウォーキングだけでよいとは思っていない。「ながら運動」なども紹介していけるように今後啓発ツール等を作成する中で検討していきたい。

委員 鎌倉歩け歩け協会でも歩くだけではなくて、出発前のストレッチ、信号待ち中のストレッチ、ゴール後のクールダウンなども併せて行っている。

委員長 まず、始めは今まで全然運動していなかった人が運動するきっかけを作ることが第1歩であり、その後には効果を高めていくという流れでもよいと思う。

委員 情報はインターネット上にも多くある。一方で考えた方がよいことは「鎌倉らしい」取組をどのように行っていくかだと思う。ウォーキングや朝ごはんなどの目標から「鎌倉らしい」取組に膨らませていけるとよいと思う。それ以外のことは幅広くなりすぎてしまうため、個別で相談に応じる等の方法をとることも良いと考える。

委員 基本的なことになってしまうが、身体を動かすことと運動は違うのか。

委員長 難しいが目的が異なる。意識的なものと無意識的なものとの違いもある。まず最低限身体を動かしてほしいということがある。日常の中で座っている時間が長く身体を動かしていない人ほど健康寿命が短くなるというデータは出ている。さらに運動をすると健康寿命が延びると言われている。

委員 健康の定義の問題になってしまうが、例えばがん予防のためには「身体を動かした方がよい」と言われている。また、少し筋肉痛になるくらいの運動をすると抗鬱効果が出るとも言われる。その人がどこを目指すことによって変わってくる。

議題2 「かまくら健康づくり10か条について」

【事前資料】かまくら健康づくり10か条（案）及び【資料3】かまくら健康づくり8か条・9か条レイアウト変更（案）について説明する。健康づくり計画ができあがった際に委員から、県の健康づくり10か条をモデルとした「かまくら健康づくり10か条」の提案をいただいていた。その提案を踏まえて、事務局において案を作成した。今回の案では、健康づくり計画の行動目標の項目に合わせて子どもⅠ期及びⅡ期を「8か条」、青年期・壮年期・高年期を「9か条」とし

ている。

かまくら健康づくり 8 か条及び 9 か条は、ライフステージ別の行動目標に基づき、「0 歳～12 歳の子ども I 期」、「13 歳～19 歳の子ども II 期」、「青・壮年期」、「高年期」の 4 パターンを作成した。子ども I 期については、保護者等、周りの大人によって守られるものが大きいため、子ども向けの 8 か条と保護者向けの 8 か条を作成し、両面印刷等で一緒に配布することを想定した作りとしている。

かまくら健康づくり 8 か条及び 9 か条では、各分野の行動目標に基づき、具体的に何をすればよいのかを提示している。既に、市民の方々に計画を周知することを目的に、「健康づくり計画の概要版」を作成しているが、それは本編を抜粋した内容になっている。市民の方々に対して、計画の周知・啓発を行う際には、概要版とかまくら健康づくり 8 か条及び 9 か条を一緒に見ってもらうことで、概要版では、自分のところとからだの健康について振り返るきっかけづくりをし、かまくら健康づくり 8 か条・9 か条では、実際に何をすればよいのか、取組の提案ができるように活用していきたいと考えている。

事前送付した資料では、A 4 用紙でライフステージ別に配布をすることを想定した作りをしていたが、本日お配りした【資料 3】では A 3 用紙の両面印刷で、全ライフステージを掲載する作りとしている。切れ目なく取組を推進していくには、こちらの作りもよいかと考え本日提示した。

委員 この計画をきっかけに歯について勉強してみたところ、歯周病になると全身に様々な影響があることを知った。一般の人にもぜひ知ってもらいたいと感じた。

委員 極論だが、歯周病になると完治はないと言われている。どこで食い止められるかというところなので、この計画では年に 1～2 回は定期健診を受けましょうという文言になっていると思う。

委員 事前資料で配られた A 4 用紙の保護者編はそのまま使うということか。

事務局 事前資料でお配りした A 4 用紙のものは子ども期を子ども編と保護者編に分けていたが、全体のライフステージを切れ目なく見せていけるよう A 3 用紙の（案）を提示した。こちらは、子ども期の子ども編保護者編とをわけていないが、中のマークで子ども向けの文言と保護者向けの文言とを分けて表記している。A 3 用紙の（案）の方の見方をしていけたらよいと考えている。

委員 A 3 用紙の（案）で子ども期の部分は子ども編と保護者編が一緒になっているほうが、保護者が読んだときに、子どもに教育しなければいけないことなのであれば自分自身もきちんとやらなければならないという相乗効果が出て良いと感じた。

委員 配布方法はどのような形で考えているのか。

事務局 概要版と一緒に配っていきたいと考えている。

委員 子ども II 期の BMI の表記について正しいのか疑問に感じた。文言の認識は大切だと思うが、BMI を知ってどうするのだろうか。

委員 BMI よりも適正体重など文言を変えるのもよいかもしれない。

事務局 策定時にも BMI についての議論があった。最終的には大人になった時に使っていくということと、中学生でも痩せの問題が大きくなってきているので、自分の意識をつけるために体格を知ってもらうということで文言をいれたと記憶している。

委員長 中学生はBMIの言葉を知っているのか。

事務局 きちんとしたデータはないが、知らない人もいると思う。

委員 今のBMIだが、ちょうど13歳から19歳と成長期で、身長も体重も変わるということで、計算式に当てはめて、常に自分のBMIを知っていこうという意味か。

そういうことであれば良いと思うが、適正体重の方が具体的で良いと感じた。計算式を書いて、常に計算しながら自分のBMIを知ってもらってもできるが、どこが適正範囲かを知らないと、BMIが16~17でも良しとしてしまう可能性もあるので、もう少し説明書きが必要だと思う。

委員 これは、誰に向けての言葉か。子どもに言っているのか保護者に言っているのか。

委員長 13歳~19歳の子どもに向けてである。

このような時期に、BMIを使うのか。大人は適正体重があるが…。

事務局 そちらは本編31ページで説明している。中学生以上であればBMIで計算は可能である。この中の説明では、先程出していた適正体重を知りコントロールして行きたいというところで締めている。ここでは標準値を書いているので良いと思うが、8か条には詳しい説明がないので、この表現は工夫した方がいいと思う。

委員長 他はあるか。

委員 最初健康づくり10か条ということで提案した。8か条・9か条になっている。例えば9か条の方には、自分の身体を死ぬまで丈夫にして行こうという全般的な心構えをいれるべきと思う。健康寿命という言葉を使わなくても、何かしら抽象的なものでもいい。全体をカバーする心構えを端的に文書化して、それを付け加えて10か条にしてもらいたい。

委員 自律性のことか。

委員 自律自営の精神のことだ。

委員 良いと思う。

事務局 前回長谷川委員からご提案いただいた鎌倉健康づくりの10か条の案では、10番目に健康づくりという文言をひとつ追加させていただいている。内容としては健康寿命を延ばし、人生いきいきという行動目標で、具体的行動は、健康生活習慣をチェックするというものと、社会・地域参加をするというものを書いていた。

委員 家に閉じこもってばかりいないで、壮年期、高年期の方々を外に出すにはやはり社会参加が必要だと感じている。

委員長 いかがでしょうか。

委員 私は社会参加はすごく良いと思う。あと私自身思ったことは、空欄を複数作っておいて自分で書いてもらう等でも良いかと感じた。

委員 公衆衛生学にはコミュニティーの必要性というのがある。だからそういう意味で社会参加は書いてよいと思う。人がいるから割と元気になったりもする。だから何を10か条にする為に追加するかということが必要。

委員 単なる数字合わせではないが、何かしら個人・自分自身の目標設定をする為には、自分の覚悟が必要である。そういった態度に結びつくような抽象的な文言でもいい。あくまで数字合わせではないが、半端な数字ではなく、10か条というのは普通の一般的な呼称である。だから2か条・1か条足りないが、そこをなんとかすれば格好は付くので

はないか。

委員 コミュニケーションで、高年期は「向こう3件両隣」とある。この場合友達の話だが、友達がマンションに住んでいて、最近はいいさつ禁止というのが有るらしい。エレベーターで会っても知らん顔というところもあるらしい。向こう3件両隣というのは難しいと思う。

委員 管理組合の運営としては、表札・名前は掲げない方が良いと言うが、あいさつはしましようというのはおそらくやっている。第三者の知らない人が入ってきて、あいさつするところでは防犯率が変わるという話もある。鎌倉警察署でも、その話はしていたから、あいさつはしていないというのは少し違和感がある。

委員 誰が来てもわからず、関心がないといったところには入りやすいというのは、この間鎌倉警察署の方が言っていた。

委員 子どもの立場からすれば、保護者以外に知り合いが出きるというのは、いろいろな部分で、安心感があり、連携が出てくると思う。あいさつもいつもできている人と、そうでない人は誰だということになるので。表札はいろいろな考え方があると思うが、あいさつについては最近そういう話をネットで聞いた。でも、鎌倉らしさと言えば地域連携は大事にしていかないと、子ども達は育っていかないかなという個人的な考えである。

委員 神奈川県健康10か条を見たが、鎌倉の10か条に入っていないのは仲間を作ることである。神奈川県健康10か条には、先程の仲間を作るといことは入っている。それを入れるかどうかということかと思う。あとの内容は大体則っているかなと思う。

委員 細かい話をすると、背景の絵は、なぜこうなのか。できれば鎌倉市を代表するような絵柄はないのかという気はする。

事務局 そちらのイラストは、イメージで置いたもの。特には考えていなかった。鎌倉らしいものに変更しようと思う。

委員 あとA3用紙の(案)にするのであれば、ページの置き方も検討してほしい。せつかなのでQRコードもここに入れてもらった方がよいと思う。

委員 10か条目だが、基本理念の「健やかで心豊かに暮らせるまち」をベースに何か考えてみてはどうか。

委員長 やはり青年・壮年・高年期なので、健康寿命を延ばそうということで良いのではないか。これは1から9を合わせたことになってしまうが、生活習慣を改善して健康寿命を延ばすことでどうか。

事務局 これはこちらの思いだが、レベルがそうすると違ってしまふのかなというのがあり、1から9を全部並べてきてなんとなく、皆さんが言われた相対的なところは1条で自分で自立ということ、主役は自分というところを伝えたのと、社会参加というのはもちろん、そのコミュニケーションのところでも出てきているところもあり、市のこの分野別に合わせて、確かに10か条ではないのは喉に刺さった骨のようではあるが、ここに何かレベルの違うものを1つ足すよりは、この方がすんなり入るのかなというの事務局の考えである。9か条にしたり、8か条にしたりした経緯がある。その辺のレベルの違いというのは、ここにその健康寿命を延ばそうというのが1行来て、逆に気にならないか、あった方が良いか。

- 委員** これを先に頂いた時に、8か条だったり9か条だったり、わかりにくいかなと思った。大体一斉に見る。今の10か条で、先程言った健康寿命を延ばそうというのは、これは全部がんばったら延びるのだから、ちょっとレベルが違ってよいのではないかな。
- 委員長** 他にご意見のある方は、いらっしゃいますか。
- 委員** この際やはり10か条はあった方がよい。
- 委員** この9項目を全部クリアすれば、健康になるんだという風にすればよいのではないかな。項目立てをする必要はないのではないかな。
- 委員** タイトルみたいなものに入れてらどうか。タイトルによくある“～～やって、～～の為に。”という感じで入れたらどうか。その代り長くは入れられないと思うが。
- 委員** キャッチコピーのような感じにしてはどうか。
- 委員** 結びの言葉がほしい。市民健康課の方はそういったことが得意なので、作ってもらいたい。
- 委員長** 何か考えていただけますか。よろしいでしょうか。
(意見なし)

事務局からの報告事項

○10月に完成した「家族で歩こう！健康かまくらマップ」について

前回の推進委員会でご意見いただいたことを反映し、鎌倉地区・玉縄地区・深沢地区のウォーキングマップを作成した。このウォーキングマップは、庁内、各支所、学習センター、体育館、市内幼稚園、保育園、銀行、郵便局等で配布し、市ホームページにも掲載している。来年度は、大船地区及び腰越地区のウォーキングマップを作成する予定である。

○鎌人いち場で行った健康づくりイベントについて

10月16日に、由比ガ浜の海浜公園で開催された鎌人いち場で健康づくりイベントを行った。鎌人いち場ではこのウォーキングマップを用いて、鎌倉鎌倉歩け歩け協会のご協力のもと、親子でウォーキングを実践するイベントを行った。さらに、市民健康課のブースでは、歩数計をつけてどれだけ歩いたか、歩数に応じて景品をプレゼントするイベントを行った。本日お配りしたウォーキングパスポートは長谷川委員のご提案をもとに作成し、イベントで使用したものである。このイベントの参加者に景品としてささりんの缶バッチをプレゼントした。缶バッチのデザインはピンク、黄色、水色の3種類があり、ピンクは健康管理、黄色は食生活・栄養、水色は身体活動・運動の行動目標が書かれている。健康づくりを意識づけるきっかけとしてもらいたいと考えている。こちらは、次年度以降もイベント等で活用していく予定である。

○血圧計設置について

血圧計の配置について、昨年に各支所に配置をした。血圧計だけではなく、血圧の測り方や値の見方なども一緒に掲示してある。血圧を測定することで、市民が自らの健康に目を向けるきっかけとなるとともに、健康管理に活用していただければと思っている。

- 委員長** 長谷川委員からウォーキングマップやウォーキングイベント当日の様子などについてお話しいただけるか。

委員 当日は5km2時間を親子で楽しく歩くことができた。ストレッチなどを行いながら楽しく歩き、多くの方に参加をしていただけて良かったと感じている。ウォーキングパスポートはイベントの当日限りのものだったが、ぜひ通年使用できるものにしてほしい。鎌倉歩け歩け協会では2月28日に、家族で歩こう!健康かまくらマップを使ったウォーキングイベントを行う予定である。

委員長 その他として、事務局から願います。

事務局 今年度の健康づくり計画推進委員会は、本日第3回をもって最後となる。平成29年度第1回推進委員会は、5月頃に開催予定である。日にちは、会議室の空き状況等を確認の上、改めて日程調整させていただきたい。なお、「前期重点目標の各年度の取組計画」を主な議題として進めていきたいと考えている。

■開会

閉会の挨拶

以上